मुकम्मल नमाज़े मुहम्मदी ﷺ (सहीह अहादीस की रौशनी में)

रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमाया " नमाज़ उस तरह पढ़ो जिस तरह मुझे पढ़ते हुए देखते हो." (बुख़ारी ह० 631)

क़याम का सुन्नत तरीक़ा

1. रसूलुल्लाह ﷺ जब नमाज़ के लिए खड़े होते तो ख़ाना-ए- काबा की तरफ़ रुख़ करके रफ़अ यदैन करते और फ़रमाते '*अल्लाहु अक्बर*' **(इब्न माजा ह० 803)**

   रफ़अ यदैन करते वक़्त आप ﷺ अपने दोनों हाथ कंधों तक उठाते **(बुख़ारी ह० 736, मुस्लिम ह० 390)**
   और कभी कभी कानों तक भी उठाते थे. **(मुस्लिम ह० 391)**
   लिहाज़ा दोनों तरीक़े जायज़ हैं, लेकिन रफ़अ यदैन करते वक़्त हाथों से **कानों को छूना** या पकड़ना किसी भी सहीह हदीस से **साबित नहीं** है.
   नोट: नमाज़ शुरु करते वक़्त ज़बान से नियत करना रसूलुल्लाह ﷺ या किसी भी सहाबी (रज़ि०) से साबित नहीं है. लिहाज़ा ऐसा करना बिदअ़त है.
2. फिर आप ﷺ अपना दायां हाथ बाएं हाथ पर सीने पर रखते थे. **(मुस्नद अहमद ह० 22313)**

   लोगों को (रसूलुल्लाह ﷺ की तरफ़ से) यह हुक्म दिया जाता था कि नमाज़ में दायां हाथ बायीं **ज़िराअ़** पर रखें.**(बुख़ारी ह० 740, मुवत्ता इमाम मालिक 1/159 ह० 377)**
   ज़िराअ़: कुहनी के सिरे से दरमियानी उंगली के सिरे तक का हिस्सा कहलाता है [अरबी लुग़त (dictionary) **अल क़ामूस पेज 568**]
   सय्यिदना वाइल इब्न हुज्र (रज़ि०) फ़रमाते हैं "फिर आप ﷺ ने अपना दायां हाथ अपनी बायीं हथेली, कलाई और **साअ़द** पर रखा " **(अबू दाऊद ह० 727, सुनन नसाई ह० 890)**
   साअ़द: कुहनी से हथेली तक का हिस्सा कहलाता है [अरबी लुग़त (dictionary) **अल क़ामूस पेज 769**]
   (अगर हाथ पूरी **ज़िराअ़** (हथेली, कलाई और कुहनी) पर रखा जाए तो अपने आप ही हाथ नाफ़ से ऊपर सीने पर आ जाता है)
3. फिर आप ﷺ आहिस्ता आवाज़ में 'सना' (यानी पूरा सुब्हानक्ल्लाहुम्मा) पढ़ते **(मुस्लिम ह० 892, अबू दाऊद ह० 775, नसाई ह० 900)**
4. फिर आप ﷺ '*अऊज़ू बिल्लाहि मिनश् शैतानिर रजीम*' **(बुख़ारी ह० 6115, मुस्लिम ह० 6646, मुसन्नफ़ अब्दुर रज़्ज़ाक़ 2/85 ह० 2589)**
   और '*बिस्मिल्लाहिर रहमानिर रहीम*' पढ़ते **(नसाई ह० 906, सहीह इब्न ख़ुजैमा ह० 499)**
5. फिर आप ﷺ सूरह फ़ातिहा पढ़ते. **(बुख़ारी ह० 743, मुस्लिम ह० 892)**

   रसूलुल्लाह ﷺ सूरह फ़ातिहा ठहर ठहर कर पढ़ते और हर आयत पर वक़्फ़ा करते थे. **(मुस्नद अहमद 6/288 ह० 26513)**
   रसूलुल्लाह ﷺ फ़रमाते थे " जो शख़्स सूरह फ़ातिहा नहीं पढ़ता उसकी नमाज़ नहीं होती." **(बुख़ारी ह० 756, मुस्लिम ह० 874)** और यह भी फ़रमाते "इमाम के पीछे क़िरअत मत किया करो सिवाय सूरह फ़ातिहा के क्योंकि जो सूरह फ़ातिहा नहीं पढ़ता उसकी नमाज़ नहीं होती." **(अबू दाऊद ह० 823, तिरमिज़ी ह० 311)**
   आप ﷺ जहरी (ऊँची आवाज़ से क़िरअत वाली) नमाज़ में आमीन भी ऊंची आवाज़ से कहते थे. **(अबू दाऊद ह० 932,933 नसाई ह० 880)**
6. फिर आप ﷺ कोई सूरत पढ़ते और उससे पहले '*बिस्मिल्लाहिर रहमानिर रहीम*' पढ़ते **(मुस्लिम ह० 894)**
7. रसूलुल्लाह ﷺ (4 रकअत फ़र्ज़ की) पहली 2 रकअतों में सूरह फ़ातिहा के साथ कोई और सूरत भी या क़ुरआन का कुछ हिस्सा पढ़ते **(बुख़ारी ह० 762, मुस्लिम ह० 1013,अबू दाऊद ह० 859)**
   और आख़िरी 2 रकअतों में सिर्फ़ सूरह फ़ातिहा पढ़ते और कभी कभी कोई सूरत भी मिला लेते थे. **(बुख़ारी ह० 776, मुस्लिम ह० 1013,1014)**
   नोट: रसूलुल्लाह ﷺ क़िरअत के बाद रुकूअ से पहले 'सकता' (यानी कुछ देर के लिए वक़्फ़ा) भी फ़रमाया करते थे. **(अबू दाऊद ह० 777,778, इब्न माजा ह० 845)**

रुकूअ़ का सुन्नत तरीक़ा

8. फिर रसूलुल्लाह ﷺ रुकूअ के लिए तक्बीर कहते तो दोनों हाथ कंधों तक और कभी कभी कानों तक उठाते (यानी रफ़अ यदैन करते) **(बुख़ारी ह० 735,738)**
   और अपने हाथो से घुटनों को मज़बूती से पकड़ते और अपनी कमर झुकाते और अपनी उंगलियां खोल लेते थे. **(बुख़ारी ह० 828, अबू दाऊद 731)**
   आपका ﷺ सर न तो पीठ से ऊंचा होता और न नीचा बल्कि पीठ की सीध में बिलकुल बराबर होता **(अबू दाऊद ह० 730)**
   और दोनों हाथ अपने पहलू (बग़लों) से दूर रखते. **(बुख़ारी ह० 735, मुस्लिम ह० 865, अबू दाऊद ह० 730,734)**
9. आप ﷺ रुकूअ में '*सुब्हाना रब्बियल अज़ीम*' पढ़ने का हुक्म देते थे **(मुस्लिम ह० 1814, अबू दाऊद ह० 869)**
10. इस दुआ को कम से कम 3 बार पढ़ना चाहिए **(मुसन्नफ़ इब्न अबी शैबा 1/225 ह० 2571)**
    (इसके साथ साथ और भी कई अज़्कार, जो सहीह अहादीस से साबित हैं, पढ़े जा सकते हैं)

क़ौमा का सुन्नत तरीक़ा

11. फिर जब आप ﷺ रुकूअ से सर उठाते तो रफ़अ यदैन करते और कहते '*समिअल्लाहु लिमन हामिदह, रब्बना वलकल हम्द*' **(बुख़ारी ह० 735)**
    '*रब्बना लकल हम्द*' कहना भी साबित है. **(बुख़ारी ह० 789)**
    (इसके अलावा और भी कई अज़्कार, जो सहीह अहादीस से साबित हैं, पढ़े जा सकते हैं)
12. एक बार रसूलुल्लाह ﷺ के पीछे एक शख़्स ने पढ़ा '*रब्बना वलकल हम्द, हम्दन कसीरन तय्यिबन मुबारकन फ़ीह* ' तो इस पर आप ﷺ ने फ़रमाया "मैंने 30 से ज़्यादा फ़रिश्तों को इसका सवाब लिखने में जल्दी करते और एक दूसरे से सबक़त लेते हुए देखा ." **(बुख़ारी ह० 799)**
    (यानी ये अलफ़ाज़ पढ़ना बेहतर है और सवाब का ज़रिया है)
    नोट: क़ौमा (यानी रुकूअ से सीधे खड़े होने पर) में हाथ बांधने का सुबूत किसी भी हदीस से साबित नहीं है और हाथ सीधे छोड़ने पर उम्मत का अमली तौर पर इज्मा है बल्कि अरकाने नमाज़ में हाथों की सुन्नत हालत

बताने वाली हदीस में भी इसका इशारा मिलता है. **(नसाई ह० 890)**

सज्दा का सुन्नत तरीक़ा

13. फिर आप ﷺ तक्बीर कहते हुए सज्दे के लिए झुकते थे . आप ﷺ फ़रमाते थे " मुझे 7 हड्डियों पर सज्दा करने का हुक्म दिया गया है, पेशानी और नाक, दो हाथ, दो घुटने और दो पैर " **(बुख़ारी ह० 812)** और फ़रमाते कि " जब तुम सज्दा करो तो ऊंट की तरह न बैठो (बल्कि) अपने दोनों हाथों को घुटनों से पहले ज़मीन पर रखो. " **(अबू दाऊद ह० 840)**
नोट: सज्दे में जाते वक़्त पहले घुटनों और फिर हाथों को रखने वाली सारी अहादीस ज़ईफ़ हैं. **(देखिये अबू दाऊद ह० 838)**

14. रसूलुल्लाह ﷺ सज्दे में नाक और पेशानी ज़मीन पर ख़ूब जमा कर रखते, अपने बाज़ुओं को अपने पहलू (बग़लों) से दूर करते और दोनों हथेलियां कंधों के बराबर (ज़मीन) पर रखते थे. **(अबू दाऊद ह० 734, मुस्लिम ह० 1105)**
और कभी अपनी दोनों हथेलियों को अपने कानों के बराबर रखते **(अबू दाऊद ह० 726)**
और हाथों की उंगलियों को एक दूसरे से मिला कर रखते और उन्हें क़िब्ला रुख़ रखते. **(बैहक़ी 2/112, मुस्तदरक हाकिम 1/227)**

15. आप ﷺ सज्दे में अपने हाथ (ज़मीन) पर रखते तो न तो उन्हें बिछाते और न बहुत समेटते और पैरों की उंगलियों को क़िब्ला रुख़ रखते. **(बुख़ारी ह० 828)**

16. आप ﷺ ने फ़रमाया कि " सज्दे में एतदाल करो और अपने हाथों को कुत्तों की तरह न बिछाओ." **(बुख़ारी ह० 822)**
(इस हदीस के तहत औरतें भी आती हैं कि वो भी सज्दे में बाज़ू न बिछाए क्योंकि मर्दों और औरतों की नमाज़ के तरीक़े में कोई फ़र्क़ नहीं है और इस बारे में जो भी रिवायात पेश की जाती हैं वो ज़ईफ़ हैं)

17. आप ﷺ सज्दे में अपनी दोनों एड़ियों को मिला लेते **(सुनन बैहक़ी 2/116, सहीह इब्न खुज़ैमा ह० 654)**
और पैरों की उंगलियों को क़िब्ला रुख़ मोड़ लेते. **(नसाई ह० 1102)**
नोट: रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमाया कि " उस शख्स की नमाज़ नहीं जिसकी नाक पेशानी की तरह ज़मीन पर नहीं लगती" **(सुनन दार क़ुत्नी 1/348)**

18. रसूलुल्लाह ﷺ सजदों में यह दुआ पढ़ने का हुक्म देते थे *'सुब्हाना रब्बियल आला'* **(मुस्लिम ह० 1814, अबू दाऊद ह० 869)**
इस दुआ को कम से कम 3 बार पढ़ना चाहिए **(मुसन्नफ़ इब्न अबी शैबा 1/225 ह० 2571)**
(इसके साथ साथ और भी कई अज़्कार, जो सहीह अहादीस से साबित हैं, पढ़े जा सकते हैं)

जलसा का सुन्नत तरीक़ा

19. रसूलुल्लाह ﷺ तक्बीर कह कर सज्दे से सर उठाते और दायां पांव खड़ा कर और बायां पांव बिछा कर उस पर बैठ जाया करते थे **(बुख़ारी ह० 827, अबू दाऊद ह० 730)**

20. रसूलुल्लाह ﷺ दो सजदों के बीच यह दुआ पढ़ते थे *'रब्बिग़ फ़िरली रब्बिग़ फ़िरली '* **(अबू दाऊद ह० 874, नसाई ह० 1146, इब्न माजा ह० 897)**

21. इसके अलावा यह दुआ पढ़ना भी बिल्कुल सहीह है *'अल्लाहुम्मग़्फ़िरली वरहम्नी वहदिनी व आफ़िनी वरज़ुक़्नी'* **(मुस्लिम ह० 6850, मुसन्नफ़ इब्न अबी शैबा 2/266 ह० 8838)**

22. रसूलुल्लाह ﷺ दूसरे सज्दे के बाद भी कुछ देर के लिए बैठते और इसको न सिर्फ़ नमाज़ के सुकून का हिस्सा क़रार देते बल्कि इसका हुक्म भी फ़रमाते थे. **(बुख़ारी ह० 757)** (इसको **जलसा इस्तिराहत** कहते हैं)

23. रसूलुल्लाह ﷺ पहली और तीसरी रक्अत में **जलसा इस्तिराहत** के बाद खड़े होने के लिए ज़मीन पर दोनों हाथ रख कर एतमाद करते हुए (यानी मुट्ठी को आटा गूंधने की तरह रख कर) खड़े होते थे. **(बुख़ारी ह० 823, 824)**

तशह्हुद का सुन्नत तरीक़ा

24. रसूलुल्लाह ﷺ जब भी तशह्हुद के लिए बैठते तो अपने दोनों हाथ अपनी दोनों रानों पर रखते और कभी कभी घुटनों पर भी रखते थे. **(मुस्लिम ह० 1308, 1310)**

25. फिर अपनी दाएं अंगूठे को दरमियानी उंगली से मिला कर हल्क़ा बना लेते. आप ﷺ अपनी शहादत की उंगली को थोडा सा झुका देते और उंगली से इशारा करते हुए उसके साथ तशह्हुद में दुआ करते और उंगली को (आहिस्ता आहिस्ता) हरकत भी देते और उसकी तरफ़ देखते रहते थे. **(मुस्लिम 1308, अबू दाऊद ह० 991, नसाई ह० 1161,1162,1269, इब्न माजा ह० 912)**

26. रसूलुल्लाह ﷺ (2 तशह्हुद वाली नमाज़ में) आख़िरी तशह्हुद में बाएं पांव को दाएं पांव के नीचे से बाहर निकाल कर बाएं कूल्हे पर बैठ जाते और दाएं पांव का पंजा क़िब्लारुख़ कर लेते.**(बुख़ारी ह० 828, अबू दाऊद ह० 730)** (इसको **तवर्रुक** कहते हैं)

27. तशह्हुद में *'अत तहिय्यात '* और दुरूद पढ़ना चाहिए. **(बुख़ारी ह० 1202,3370, मुस्लिम ह० 897,908)**
नोट: ❶*'ला इलाह '* पर उंगली उठाना और *'इल्लल्लाह '* पर झुका देना किसी भी हदीस से साबित नहीं है. इसके ख़िलाफ़ सहीह अहादीस से यह साबित हुआ कि पूरे तशह्हुद में हल्क़ा बना कर शहादत की उंगली को हरकत देते रहना चाहिए.
❷पहले तशह्हुद में भी दुरूद पढ़ना बेहतर अमल है **(नसाई ह० 1721)** लेकिन अगर कोई सिर्फ़ 'अत तहिय्यात' पढ़ कर ही खड़ा हो जाए तो यह भी जायज़ है जैसा कि अब्दुल्लाह इब्न मसऊद (रज़ि०) की रिवायत से पता चलता है. **(मुस्नद अहमद 1/459 ह० 4382)**

28. दुरूद के बाद जो दुआएं सहीह अहादीस और क़ुरआन से साबित हैं पढ़ना चाहिए. **(बुख़ारी ह० 835, मुस्लिम ह० 897)**

29. इसके बाद दाएं और बाएं *'अस्सलामु अलैकुम व रहमतुल्लाह'* कहते हुए सलाम फेरना चाहिए. **(बुख़ारी ह० 838, मुस्लिम ह० 1315, तिरमिज़ी ह० 295)**
नोट: फ़र्ज़ नमाज़ के बाद सर पर हाथ रख कर दुआ, अज़्कार पढ़ने का सुबूत किसी भी सहीह हदीस से नहीं है. इससे मुताल्लिक़ जो हदीस पेश की जाती है वो ज़ईफ़ है.

इससे मुताल्लिक़ ज़्यादा मालूमात या सवाल के लिए ई मेल करें : prophetways@yahoo.in